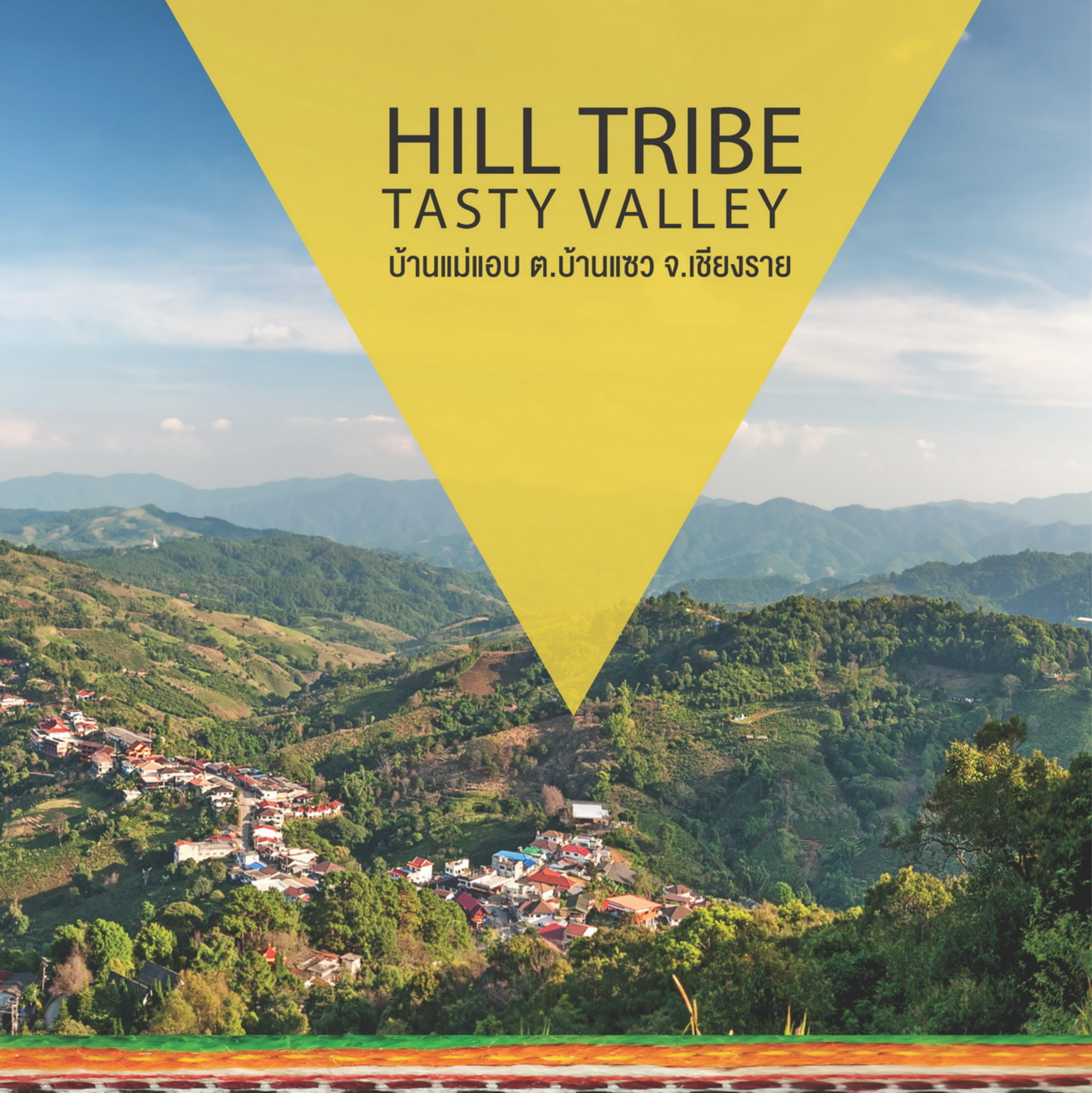


HILL TRIBE TASTY VALLEY

บ้านแม่เอบ ต.บ้านแซว จ.เชียงราย





เปิดประสบการณ์แบบ
(ชาว) IVa

5
เผ่า
ในหมู่บ้านเดียว

“

...สะพานเป้เก็บทอง

ออกไปค้นหาประสบการณ์ล้ำค่าแห่งดินแดนเมืองเก่า
เหนือสุดเขตแผ่นดินสยาม เรียนรู้อารยธรรมแบบ (ชาว) เยาว
สัมผัสรสชาติเปิดประสบการณ์กับอาหาร (ชาว) เยาว
ที่บอกเล่าวัฒนธรรม ลงมือลองการละเล่นแบบ (ชาว) เยาว
พร้อมด้วยการแสดงจาก (ชาว) เยาว
ที่ล้วนแล้วแต่บอกเล่าเรื่องราววิถีชีวิตของ 5 ชนเผ่า
ชุมชนแม่เอบ **ต.บ้านแซว จ.เชียงราย..**

”



หมู่บ้านวีรชน ทหารกล้า บ้านแม่แอบ หมู่บ้านเล็กๆ หลากชนเผ่า

ชาวบ้านที่แม่แอบ อดีตเป็นกองกำลังทหารจีน กองพล 93
ซึ่งมีความหลากหลายชนเผ่า ระหว่างการอพยพจากจีน
เข้ามียืนมาและถอยร่นเข้ามาอยู่ในประเทศไทย
รัฐบาลไทยได้มอบหมาย ภารกิจต่อสู้จับไล่ผู้ก่อการร้าย
คอมมิวนิสต์จนสำเร็จ จากนั้นก็ให้ปักหลักตั้งหมู่บ้านชื่อ
“บ้านแม่แอบ”

โดยมี
5
ชนเผ่า

ได้แก่ ลาหู่ อาข่า ไตใหญ่
ลั๊วะ หรือละว้า และ จินยูนนาน
ที่บ้านแม่แอบนี้ มีวิถีชีวิต
วัฒนธรรมทางการแต่งกาย
และอาหารการกินที่น่าสนใจ
เปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยว
สัมผัสอย่างใกล้ชิด



-อาข่า-



-ไตใหญ่-



-ลัวะ-



-จันทนาน-



-ลาหู่-

อาหาร(ชาว)เงา บอกเล่าวัฒนธรรม การแสดง(ชาว)เงา บอกเล่าวิถีชีวิต

เรื่องราวของ 5 ชนเผ่าแห่งชุมชนแม่เอบ
ปัจจุบันแต่ละกลุ่มยังคงรักษาประเพณี
และวัฒนธรรมของตนเองเอาไว้ได้อย่างดี
ไม่ว่าจะเป็น วิถีชีวิตความเป็นอยู่บ้านเรือน
เสื้อผ้าการแต่งกาย ภาษาประจำชนเผ่า
โดยเฉพาะเรื่องวัฒนธรรมอาหารการกิน
ที่น่าสนใจ เปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยว
ได้ลิ้มลองรสชาติแปลกใหม่กับ
อาหาร (ชาว) เงา 5 ชนเผ่าในหมู่บ้านเดียว
โดยเฉพาะเคล็ดลับความอร่อยและ
การเลือกใช้วัตถุดิบแต่ละเมนูอาหาร
ของชนเผ่าที่แตกต่างกัน เป็นการอนุรักษ์
วัฒนธรรมการกินเพื่อบอกเล่าสานต่อ
จากรุ่นสู่รุ่น

5 ชนเผ่า
แห่งบ้านแม่เอบ

นอกจากนี้ เมื่อนักท่องเที่ยวมาถึงจะได้รับ
การต้อนรับที่เต็มไปด้วยมิตรไมตรีของ
ชาวบ้าน และคำอวยพรอันอบอุ่น ตื่นตาตื่นใจ
ไปกับการละเล่นพื้นบ้าน และศิลปะการเต้นรำ
การฟ้อนดาบ ที่หาดูยากแตกต่างกันไป
ตามวิถีแต่ละชนเผ่า ถ้าประลองเล่นสนุก
กับคนพื้นถิ่น ผ่านการละเล่น และการแสดง
ในแบบ (ชาว) เงา ที่จะบอกเล่าเรื่องราว
วิถีชีวิตชนเผ่าให้เราเข้าใจได้อย่างใกล้ชิด
แบบไม่ต้องเปิดตำรา

5 วัฒนธรรม
ที่แตกต่างในหมู่บ้านเดียว



ลองตำและลองเต้น กับ ชนเผ่าลาหู่

1. ลองทำ “ตำข้าวปึก”
ขนมของชาวลาหู่
ในงานมงคล

2. “เต้นจะคี่”
สนุกสนานร่วมกัน
แบบชาวลาหู่

ลองทำ “ตำข้าวปึก” เมนูที่ทำจากข้าวเหนียวนึ่งสุก ตำให้ละเอียดด้วยครกตำแบบภูมิปัญญาพื้นบ้าน แล้วนำไปย่างไฟจนสุกส่งกลิ่นหอม รสชาติหวานๆนุ่มๆเคี้ยวหนึบหนับ อีกหนึ่งความสนุกสนานกับการ “เต้นจะคี่” ที่ประยุกต์ท่าเต้นรำ เสียนแบบท่าทางของสัตว์ตามธรรมชาติ อย่าลืมสังเกตดูความพิเศษไม่เหมือนใครอย่างหนึ่งเมื่อผู้หญิงจะเป็นคนตีกลอง ฉาบ หรือซอญ ผู้ชายกลับเป็นคนออกมาเต้นรำสลับหน้าที่กัน เต้นด้วยรอยยิ้มที่ไม่เคอะเขิน



ลองปั้งและประลองฝีมือ กับ ชนเผ่าไตใหญ่

1. ชิมไป ปั้งไป “จ้าวแคบ”

ทดลองชิมข้าวเกรียบ
ของชาวไตใหญ่

2. ฝึกปรือวิทยายุทธ์ แบบเจ้าจิ้งหะชาวไตใหญ่ กับการ “เต้นรำดาบ”

เพลิดเพลินกับการปั้งไปชิมไป กับ “จ้าวแคบ” ที่ผู้มาเยือนหลายคนเอ่ยเป็นเสียงเดียวกันว่ากรอบอร่อยจนหยุดไม่อยู่ ก่อนลองเล่นอีกกิจกรรมที่สนุกไม่แพ้กันกับศิลปะการแสดง “เต้นรำดาบ” หรือ “ฟ้อนดาบ” เวทีประลองวิทยายุทธ์ แบบเจ้าจิ้งหะ สนุกคึกคักกับการลองเล่นฟ้อนดาบควบคู่ไปกับการควงดาบที่เรียกเหงื่อได้เป็นอย่างดี



ชิมซุปร้อนๆ
ก่อนยืดเส้นยืดสาย
กับ ชนเผ่าอาข่า

1. “เต็นลาวกระทบไม้”
ตามจังหวะแบบ
ชาวอาข่า

2. ชิม “ซุพอาข่า”
โจ๊กร้อนๆ ที่เสิร์ฟใน
กระบอกไม้ไผ่เก๋ๆ

เอร็ดอร่อยกับ “ซุพอาข่า” ที่หน้าตาเหมือนโจ๊กเสิร์ฟให้สดร้อน ๆ ในกระบอกไม้ไผ่เก๋ ๆ
แล้วสามารถอิมเมจความสนุกกับการละเล่น “เต็นลาวกระทบไม้” กิจกรรมสนุก ๆ
ที่ชวนยืดเส้นยืดสายกับความท้าทายเป็นหมู่คณะเล่นกันครั้งละหลายคน



พืชมะขาม และลูกข่างลือ กับ ชนเผ่าลือ

ปิดท้ายด้วยเคล็ดลับ ความอร่อย แบบชนเผ่าจีนยูนนาน

1. ที่เด็ดอยู่ที่ “พืชมะขาม”

วิธีทำคล้ายข้าวเกรียบ
ปากหม้อห่อด้วยน้ำจิ้ม
และกินกับผักเครื่องเคียง

2. ประชันฝีมือกับเจ้าถิ่น กับการเล่นลูกข่างลือ

ที่พลาดไม่ได้คือเมนู “พืชมะขาม” วิธีทำคล้ายข้าวเกรียบปากหม้อ ห่อด้วยน้ำจิ้ม
และกินกับผักเครื่องเคียง ให้ฟินกันแบบอึดท้องกับอาหาร (เหา) ที่ใคร ๆ
ก็ชอบ แล้วมาท้าประลอง “ลูกข่างลือ” ของเล่นพื้นบ้านที่สนุกแบบท้าทาย
ในการประชันฝีมือกับเจ้าถิ่น หากจะแข่งแบบทีมก็สนุกมันส์ไม่แพ้กัน

ถูกปากสายขนมหวานกับขนมเค้ก
และน้ำเต้าหู้ร้อน ๆ ที่มีรสชาติเป็น
เอกลักษณ์หอมหวานชวนลอง

ลองสัมผัสประสบการณ์จริงด้วยการเข้าครัว
ลองทำน้ำเต้าหู้สด ๆ ชนเผ่าจีนยูนนานพร้อม
เชิญชวนนักท่องเที่ยวลองสัมผัสประสบการณ์จริง
ด้วยการเยี่ยมชมกรรมวิธีการผลิตน้ำเต้าหู้
สด ๆ 100% ด้วยการต้มแบบพื้นบ้านด้วยเตาถ่าน



DIY

กิจกรรมเชิงสร้างสรรค์ เรียนรู้ศาสตร์และศิลปะ การปักผ้าของ(ชาว)เงา

หลังจากเก็บเกี่ยวประสบการณ์กับหมู่บ้าน
5 ชนเผ่าสายเลือดนักรบบ้านแม่แอบ
แล้วถัดมาไม่กี่วันยังคงมีเรื่องราวของชาวเงา
เผ่า “อัวเมี่ยน” ที่โดดเด่นด้วยชุดแต่งกาย
ที่สวยงามชวนให้หลงใหล และเรียนรู้ศาสตร์
และศิลปะในการปักผ้าแบบชาวเงาเผ่าอัวเมี่ยน
ด้วยตัวเอง ให้กลายเป็นผลงานชิ้นโบว์แดง
แห่งความทรงจำดี ๆ ตัดมือเป็นของฝากกลับบ้าน
ไปด้วย





พักผ่อนริมโขง ลัมรสบันโตกล้านนารสชาติอีสานไม่ไกลจากบ้านแม่แอบ ขอแนะนำ
ให้แวะสัมผัสชีวิตแบบช้า ๆ ริมน้ำโขง “**ณ บ้านท่าจีนทอง**” หมู่บ้านสายเลือดอีสาน
หมู่บ้านเล็ก ๆ ที่ตั้งอยู่ชายแดน อ.เชียงแสน ที่มีครบทั้งเสน่ห์วัฒนธรรม อาหารถิ่น
วิถีชีวิตความเป็นอยู่ และภาษาที่สื่อสารกันแบบฉบับอีสานจนานแท้ และแวะ
รับประทานอาหารเย็น เช่น แฉ่วบองกินกับผักลวกจิ้ม หลามปลากระบอกรสแซ่บ
ในบรรยากาศริมฝั่งโขง “**บันโตกเมืองเหนือรสชาติอีสาน**” สลับกับการแสดงจาก
ชาวอีสานล้านนาท้องถิ่น พักผ่อนให้เต็มที่กันได้ทั้งครอบครัว ที่บ้านท่าจีนทองแห่งนี้
ยังมีโฮมสเตย์ให้เลือกพัก สัมผัสบรรยากาศริมโขงแบบจ้ามคืนกันได้ ซึ่งนอกจาก
จะสะดวกสบายแล้วยังเปิดโอกาสให้ได้สัมผัสความอบอุ่น และมีรูปภาพเข้าถึง
คนท้องถิ่น พร้อมลองทำกิจกรรมเรียนรู้วิถีชีวิตของชาวบ้านท่าจีนทอง เช่น
นั่งรถอีต๊อกชมวิว หรือเที่ยวตามโปรแกรมที่จัดขึ้นภายในหมู่บ้าน เช่น
ประกอบอาหารพื้นบ้าน ชิมชาถ้วยดาวอินคา ถ้วยสุขภาพที่ช่วยลดการอุดตันของไขมัน
ในเส้นเลือด ช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกันต้านโรค และฟื้นฟูพลังกำลัง



แหล่งท่องเที่ยว ใกล้เคียง

- ไม่ควรพลาดกับการเสพประสบการณ์บนดอยสะโง้ อ.เชียงแสน จ.เชียงราย ดอยที่ระดับความสูงกว่าน้ำทะเล 750 เมตร ชมวิว 360 องศา สัมผัสทิวเขาแห่ง 3 แผ่นดิน ไทย สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว และเมียนมา

- สัมผัสบรรยากาศริมฝั่งโขง เพื่อชมวิวชายแดน 3 ประเทศ ได้แก่ ไทย สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว และเมียนมา ที่จุดชมวิวมหาเหลี่ยมทองคำ ที่ อ.เชียงแสน จ.เชียงราย



THE ARTFUL TRIBE

ซึบซับเสน่ห์ความต่างหลากหลายวิถีชนเผ่า สารพันสีสันแห่งชีวิตกลางขุนเขาเมืองเหนือ

ท่องไปในดินแดนล้านนา ในฐานะดินแดนที่มีนาขั้นบันได ไม่ว่าจะเป็นพื้นที่ราบหรือบนยอดดอยสูง ท่ามกลางเทือกเขาที่เรียงรายสลับซับซ้อน แทรกด้วยสายน้ำต่าง ๆ เกิดเป็นภูมิประเทศที่สวยงามกว้างไกลสุดลูกหูลูกตา พร้อมด้วยภูมิอากาศที่โดดเด่น ครองใจนักเดินทางท่องเที่ยวมาโดยตลอด

นอกเหนือจากวิถีวิถีทัศน์สวยงามบนยอดดอยต่าง ๆ มนต์เสน่ห์แห่งล้านนายังเกิดจากความหลากหลายของกลุ่มชาติพันธุ์กว่า 40 เผ่าพันธุ์ อาทิ ไทลื้อ อาข่า กระเหรี่ยง มูเซอ ม้ง ลัวะ จีนยูนนาน ที่อาศัยกระจายอยู่ทั่วบริเวณภาคเหนือ โดยส่วนใหญ่อาศัยอยู่กลางขุนเขา ยึดถือวิถีชีวิตแบบเรียบง่าย พึ่งพิงธรรมชาติ

เรื่องราวอันหลากหลายของชาติพันธุ์ต่าง ๆ ที่หลอมรวมอยู่ในดินแดนล้านนาแห่งนี้เปรียบเสมือนเส้นสายปลายพู่กันที่บรรจงสร้างสีสันต่าง ๆ ให้แก่ขุนเขาน้อยใหญ่ กลายเป็นงานศิลป์บนธรรมชาติที่ประกอบไปด้วยวิถีพื้นเมืองของผู้คนต่างชาติพันธุ์ พื้นที่อาศัย วิถีชีวิตความเป็นอยู่ วัฒนธรรม ภูมิปัญญา และความเชื่อที่สืบทอดกันมา พร้อมต้อนรับทุกคนให้มาเรียนรู้วิถีชีวิต ตลอดจนศิลป-ล้านนาหลากหลายแขนงจากสละชั้นครู หรือ ช่างฝีมือในภาษาพื้นเมืองของล้านนา ไม่ว่าจะเป็นงานไม้ งานปั้น งานทอ งานจักสาน รวมไปถึงงานครัว โดยมีผืนดินและขุนเขาเป็นห้องเรียนขนาดใหญ่

เพลิดเพลินไปในโลกกว้างกลางขุนเขาสลับซับซ้อนแห่งเมืองเหนือ พบกับผู้คนหลากหลายที่จะทำให้คุณหลุดเข้าไปในโลกแห่งประสบการณ์และแรงบันดาลใจครั้งใหม่ เพียงใช้ใจแลดูใจ..เปิดใจทำความรู้จักมุมมองวิถีการดำเนินชีวิตของชนเผ่าต่าง ๆ อย่างใกล้ชิด และเข้าใจ “เจ้าของบ้าน” จากมุมมองของแขกผู้มาเยือนบ้านหลังงามของพวกเขาลงในหลากหลายพื้นที่ของจังหวัด

▲ เชียงราย ▲ พะเยา
▲ ลำปาง ▲ ลำพูน ▲ เชียงใหม่

- กลุ่มกลืนอายุศิลปะการใช้ชีวิตอันเรียบง่าย และลดการเบียดเบียนสิ่งมีชีวิตในชุมชนคนละเว้นเนื้อสัตว์ ณ หมู่บ้านปากเกาะญอ **วัดพระบาทห้วยต้ม อ.ลี้ จ.ลำพูน** ที่เปี่ยมเสน่ห์ด้วยงานศิลปะชุมชน ทั้งการทำเครื่องเงิน ผ้าทอมือ เครื่องจักสาน พร้อมเยี่ยมชม หมู่บ้านโบราณ บ้านน้ำบ่อน้อย ที่ชาวบ้านใช้ชีวิตแบบธรรมชาติ และปฏิเสธการใช้ไฟฟ้าและน้ำประปา
- ชมบรรยากาศร่มรื่นสองข้างทางเข้าสู่...**มูลนิธิแสงดา บันสิทธิ หรือ บ้านสวนทิวไผ่งาม อ.จอมทอง จ.เชียงใหม่** พิพิธภัณฑ์มีชีวิตที่เปิดให้ทุกคนได้เรียนรู้การทอผ้าโบราณ ตั้งแต่การหีบฝ้าย ปั่นฝ้าย ตลอดจนการย้อมสีจากสมุนไพรและวัสดุจากธรรมชาติ
- สีสันและเสียงกลมกลืนเป็นหนึ่งในเดียวกับธรรมชาติ ของปากเกาะญอ แห่ง **บ้านผาหมอน ต.บ้านหลวง อ.จอมทอง จ.เชียงใหม่** เกิดจากวิถีชีวิตท่ามกลางป่าและขุนเขา สรรสร้างศิลปะ การพึ่งตนเอง ทั้งการทอผ้า เครื่องจักสาน สร้างบ้านเรือน รวมถึง เครื่องดนตรีที่มาจากธรรมชาติรอบตัว
- ใกล้ชิดกับเอกลักษณ์งานศิลป์แห่งเมืองพะเยา ถ่ายทอดสู่ลูกหลาน ไม่ใช่แค่เฉพาะแต่ในโรงเรียน ณ **บ้านดินคำปู้จู้ บ้านเจดีย์งาม ต.ท่าวังทอง อ.เมือง จ.พะเยา** อีกหนึ่งแหล่งเรียนรู้ศิลปะการปั้นดิน ทั้งการสร้างบ้านดินและเครื่องปั้นดินเผารูปแบบต่าง ๆ ตามจินตนาการ ภายใต้แรงบันดาลใจแห่งชุมชนอย่าง **“เตาเผาเวียงบัว”** โดยมี คุณศักดิ์ชัย และคุณชลดา เวย้อย เจ้าของบ้านดินทำหน้าที่ เป็นครูสอนศิลป์

- เปิดประสบการณ์สู่อารยธรรมล้านนาโบราณ ที่**พิพิธภัณฑ์เวียงพะเยา (วัดลี) อ.เมือง จ.พะเยา** แหล่งอารยธรรมพุทธาม ชมประติมากรรม หินทราย ศิลปะสกุลช่างพะเยาพระพุทธรูปหินทราย วัตถุโบราณ เครื่องถ้วยเวียงบัว ชมการจำลองวิถีชีวิตชาวนา การทำนาแบบโบราณ ผ่านแวนตาและถ้อยคำ บอกเล่าโดยมีคฤศก์รุ่นใหญ่ประจำชุมชน
- และ **พิพิธภัณฑ์ เซรามิคธนบดี อ.เมือง จ.ลำปาง** ชมสาธิตการทำ ชามตราไก่แบบโบราณ ชมชามตราไก่ที่วาดโดยศิลปินแห่งชาติ และทดลองระบายสีลงชาม และแก้วน้ำเซรามิค ตามจินตนาการของตัวเอง พร้อมเลือกซื้อสินค้าราคาย่อมเยา จากโรงงานขนาดย่อมภายใน ที่ตอกย้ำความมีชีวิตชีวาของพิพิธภัณฑ์แห่งนี้
- คว่ำกลองกระโดดขึ้นรถอีแต็ก ไต่ขึ้น **ดอยสะเกี๋ อ.เชียงแสน จ.เชียงราย** ดอยที่สูงถึง 750 เมตร จากระดับน้ำทะเล ชมหมู่บ้านชาวอาข่า ที่ร่วมกัน พัฒนาบ้านเกิดให้เป็นแหล่งท่องเที่ยว พร้อมเรียนรู้วิถีชีวิตชาวอาข่า ผ่านขันโตกอาหารขึ้นชื่อประจำเผ่า 13 ชนิด ที่จัดให้กับผู้มาเยือน ได้ล้อมรอบบนจุดชมวิว 360 องศา สัมผัสทิวเขาแห่ง 3 แผ่นดิน คือ ไทย สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว และเมียนมา
- และหมู่บ้านชาวเขาเผ่าเย้า หรือที่รู้จักในชื่อใหม่ว่า **“อ้าวเมียน”** ซึ่งไม่เพียงมีความสามารถในการทอผ้าลวดลายวิจิตรงดงาม มีการแสดงจากเยาวชน ภายใต้เครื่องแต่งกายประจำเผ่าที่สวยงาม และเป็นเอกลักษณ์ บรรยากาศภายในบริเวณหมู่บ้านอ้าวเมียนแห่งนี้ ยังเต็มไปด้วยธรรมชาติ และดำเนินชีวิตตามวิถีดั้งเดิมของชาติพันธุ์

บ้านแซว จ.เชียงราย โทร: 08 1952 7058, 08 6194 2647
กกท.สำนักงานเชียงราย โทร: 0 5371 7433

ตำแหน่งที่ตั้ง Latitude Longitude :
เส้นรุ้ง ละติจูด Latitude 20.19793 , เส้นแวง ลองจิจูด Longitude 100.23758

